

Gemeinsam aus der Einsamkeit

Worum geht es?

Das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend erarbeitet seit 2022 eine „Strategie gegen Einsamkeit“.

Da Einsamkeit **alle Altersgruppen** betrifft soll das Thema **stärker sichtbar** gemacht werden. Durch die **Aktionswoche** „Gemeinsam aus der Einsamkeit“ soll ein Zeichen für gemeinsames Miteinander, gegen Einsamkeit gesetzt werden.

<https://kompetenznetz-einsamkeit.de/aktionswoche>

Das **Seniorenbüro**, die **Nachbarschaftshilfe**, die **Gemeindeschwestern plus**, der **Verein der Freunde & Förderer des Seniorenbüros e. V.** & die **Digitalbotschafter in Speyer** nehmen die Aktionswoche zum Anlass, mit ihren Angeboten aktiv gegen Einsamkeit zu wirken. Unterstützt werden die Angebote von der Speyerer Riksha, mit der Sie kostenlos eine Fahrt durch Speyer machen können.

Besuchen Sie uns an folgenden **Angeboten** vor Ort und kommen Sie mit uns ins Gespräch!

Ansprechpartner*innen



Constanze Konder
Leitung Seniorenbüro
06232 14-2661



Alexandra Mally
Gemeindeschwester plus
06232 14-2673
015251626962



Heidi Gangkofner
Gemeindeschwester plus
06232 14-2636
01621080899

Melanie Waldschmitt
Nachbarschaftshilfe
06232 14-2665

**Verein der Freunde und Förderer des
Seniorenbüros Speyer e.V.**



**Digital Botschafterinnen
& Botschafter**
Rheinland-Pfalz



413/Seniorenbüro
www.speyer.de

Gemeinsam aus der Einsamkeit

Aktionswoche in Speyer für ältere Menschen



Bild: H. Gangkofner

Angebote 23. bis 27. Juni 2025

MontagsCafé

Montag, 23. Juni (15 Uhr)

AWO Seniorenheim

mit Gelegenheit zur Rikschafahrt

Gesprächsrunde

Dienstag, 24. Juni (15 Uhr)

Haus am Germansberg, Else-Krieg-Str. 2

*mit Gelegenheit zur Rikschafahrt
mit Erinnerungsfoto*

Plauderspaziergang Süd

Dienstag, 24. Juni (von 9 bis 10 Uhr)

Quartiersbüro Süd, Windthorststr. 18

*anschließend gemütliches
Zusammensein*

„Locker vom Hocker“ - Sitzsport

Dienstag, 24. Juni (von 16.30 bis 17.15 Uhr)

Woogbachschule,
Rainer-Maria-Rilke-Weg 25

Männersport

Dienstag, 24. Juni (von 17.30 bis 18.30 Uhr)

Woogbachschule,
Rainer-Maria-Rilke-Weg 25

Plauderbank auf dem Friedhof

Mittwoch, 25. Juni (von 9 bis 12 Uhr)

Plauderspaziergang West

Mittwoch, 25. Juni (von 10.30 bis 11.30 Uhr)

Berliner Platz, Stadtteilbüro West

Quasselgruppe im Seniorenbüro

Mittwoch, 25. Juni (von 14.30 bis 16.30 Uhr)

Seniorenbüro, Maulbronner Hof 1A

*mit Kaffee und Kuchen sowie
Gelegenheit des Erinnerungsfotos*

Ein Einblick in die Nachbarschaftshilfe: Austausch & Information

Mittwoch, 25. Juni (von 16.30 bis 18 Uhr)

Maulbronner Hof 1A,
Veranstaltungsraum Seniorenbüro

Plauderspaziergang mit Gymnastik

Donnerstag, 13. Juni (von 8.30 bis 9.30 Uhr)

Seniorenbüro, Maulbronner Hof 1A

Erzählcafé West

Donnerstag, 26. Juni (von 15 bis 17 Uhr)

Berliner Platz, Stadtteilbüro West

mit Gelegenheit zur Rikschafahrt

Stadtteilcafé Süd

Donnerstag, 26. Juni (15 bis 17 Uhr)

Quartiersbüro Süd, Windthorststr. 18

*mit Kaffee & Kuchen,
Gesellschaftsspiele*

*Möglichkeit zum Windlichtbasteln,
Material gibt es vor Ort oder kann
auch mitgebracht werden*

Digitaltag am Freitag, 27. Juni 2025 Motto: "Digitale Demokratie. Mitreden. Mitgestalten. Mitwirken."

Infostand der Digitalbotschafter auf dem Wochenmarkt West

Freitag, 27. Juni (10 bis 12 Uhr)

Berliner Platz / Stadtteilbüro West,
Kurt-Schuhmacher-Str. 16a

Digitale Sprechstunde der Digitalbotschafter

Freitag, 27. Juni (14 bis 16 Uhr)

Pfälzische Landesbibliothek,
Otto-Mayer-Straße 9

Anmeldung unter Tel. 06232 25400

Boule & Picknick mit dem Förderverein des Seniorenbüros

Freitag, 27. Juni (17 Uhr)

Treffpunkt: Bänke beim Ölberg
neben dem Dom

*Bringen Sie gerne Picknick-Speisen zum
Teilen mit.*